



handball.no

KURSKATALOG

Sesongen 2016|2017



Norges
Håndballforbund
Region SørVest



GODE TRENERE OG LEDERE UTVIKLER HÅNDBALLEN!



Sett av tid til å ta kurs! Vi lover at du får nye impulser og nye kontakter. Du gir et bidrag til å utvikle håndballen i regionen og i klubb ved å heve din egen kompetanse!

NHF Region SørVest arrangerer inneværende sesong flere kurs tilpasset ulike nivåer. Om du er en forelder som har sagt ja til å trene et lag for første gang eller har trent lag i flere sesonger, så vil du finne kurs her som vil være med på å øke kompetansen din.

Bli med på en faglig utvikling og vær forberedt til nye utfordringer.

Henriette Henriksen Løge
Leder Spill og trening NHF Region SørVest



STRUKTUR TRENERUTDANNING

Grunnutdanning for trenere:

TRENER 1 (12 moduler á 4 timer)

→ **TRENER 2** (20 moduler á 4 timer)

Toppudanning for trenere:

TRENER 3 (Topp trenerutdanning)

→ **TRENER 4** (Topp håndballutdanning)

Moduler Trener 1:

1. Treningsøkta
2. Kompis med kroppen
3. Kast og mottak
4. Kampaktivitet - verdier
5. Skudd
6. Finter og sperrer
7. Forsvarsteknikker
8. Spillsituasjoner - småspill
9. Kontra og retur
10. Teknisk trening målvakt
11. Fysisk trening
12. Trenerrollen

Moduler Trener 2:

1. Treningsplanlegging for uke-, periode og årsplan
2. Fysisk trening - utholdenhet
3. Fysisk trening - styrke
4. Fysisk trening - spenst og hurtighet
5. Nedgruppert forsvar
6. Utgruppert forsvar
7. Ledelse og instruksjon
8. Håndballskader og teiping
9. Mentale ferdigheter
10. Målvakt

11. Bakspiller teknikk/spillsituasjoner
12. Kantspiller teknikk/spillsituasjoner
13. Linjespiller teknikk/spillsituasjoner
14. Overgangspill
15. Opprullings- og krysningsspill
16. Kontrings- og returspill
17. Kosthold og doping
18. Reglement
19. Lagledelsen
20. Kampanalysen



Minihåndballkurs

- Forkunnskaper
- Kursinnhold

Ingen

Minihåndballkurs er for alle trenere i Minihåndball. Her får man en innføring i Minihåndballens egenart, spilltilbud, maler for kampoppsett, «Fair Play møter» og annen viktig informasjon for hvordan skape gode arrangementer. I tillegg er det en praktisk del hvor man får innføring i hvordan skape stor aktivitet på treningene.

- Omfang timer
- Pris
- Påmelding

3 timer

Gratis

Epost til regionen eller minidrett.nif.no

MODUL/INNHold	DATO	TID	STED
Minihåndballkurs	11.10.16	1800-2100	Nedeneshallen
Minihåndballkurs	12.10.16	1800-2100	Sukkevannhallen
Minihåndballkurs	13.10.16	1800-2100	Lindesneshallen
Minihåndballkurs	04.10.16	1800-2100	Austråthallen
Minihåndballkurs	05.10.16	1800-2100	Dysjalandshallen
Minihåndballkurs	06.10.16	1800-2100	Frøyhallen
Minihåndballkurs	03.10.16	Trenger klubb til å ha kurset hos seg -	Stavanger
Minihåndballkurs	03.10.16	1800-2100	Håvikhallen



FOTO: TERJE EILERTSEN



FOTO: TERJE EILERTSEN



FOTO: TERJE EILERTSEN

Impulskurs

- Forkunnskaper
- Kursinnhold

Ingen

Samlingen er først og fremst beregnet på deg som er engasjert rundt lagene i Barnehåndball, med hovedvekt på Aktivitetsserien (9-11 år). Er du involvert med spillere som er både eldre og yngre, vil du også ha utbytte av kurset. Hovedmomentene i kurset vil være kast, finter og skudd.

- Omfang timer
- Pris
- Påmelding

3 timer

200,- kr

Epost til regionen eller minidrett.nif.no

MODUL/INNHold	DATO	TID	STED
Impulskurs	04.11.16	1700-2000	Gautesetehallen
Impulskurs	16.11.16	1800-2100	Sysco Arena
Impulskurs	09.01.17	1800-2100	Karusshallen
Impulskurs	10.01.17	1800-2100	Tromøyhallen
Impulskurs	10.01.17	1800-2100	Giskehallen
Impulskurs	25.01.17	1800-2100	Undheimshallen

BARNEHÅNDBALLSEMINAR

MODUL/INNHold	DATO	TID	STED
NHF Barnehåndballseminar	26.-27.11.2016	1000-1700	Stavanger



Trener 1

- Forkunnskaper Ingen
- Kursinnhold Hovedfokus mot teknisk trening og planlegging av økter
- Omfang timer 12 moduler á 3 timer. Modul 1-4 barnehåndball. Modul 5-12 ungdomshåndball
- Autorisasjon/utbytte Må delta på alle moduler for å bli autorisert Trener 1
- Pris 400 kr pr modul. Klubben betaler for maks 5 personer.
- Påmelding Epost til regionen eller minidrett.nif.no

TRENER 1 - BARNEHÅNDBALL

Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
Modul 1-4	27-28.08.16	1000-1700	Undheimhallen
Modul 1-4	03-04.09.16	1000-1700	Risørhallen/ eller Nedeneshallen
Modul 1-4	03-04.09.16	1000-1700	Storhaug Idrettshall
Modul 1-4	17-18.09.16	1000-1700	Hellmyrhallen
Modul 1-4	17-18.09.16	1000-1700	Strandahallen
Modul 1-4	17-18.09.16	1000-1700	Skakkehallen Etne
Modul 1-4	12-13.11.16	1000-1700	Storhall Karmøy Vea

TRENER 1 - UNGDOMSHÅNDBALL

Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
12 Trenerrollen	18.10.16	1800-2100	Sør Amfi - Bøtte
5 Skudd	14.11.16	1800-2100	Tromøyhallen
6 Finte og sperreteknikker	30.11.16	1800-2100	Hisøyhallen
7 Forsvarsteknikker	12.12.16	1800-2100	Stueneshallen
8 Spillsituasjoner - småspill	11.01.17	1800-2100	Nedeneshallen
9 Kontra og retur	14.02.17	1800-2100	Tromøyhallen
10 Teknisk trening målvakt	13.03.17	1800-2100	Hisøyhallen
11 Fysisk Trening	06.04.17	1800-2100	Stueneshallen
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
12 Trenerrollen	19.09.16	1800-2100	Idrettenshus, Kristiansand
5 Skudd	12.10.16	1800-2100	
6 Finte og sperreteknikker	17.10.16	1800-2100	
7 Forsvarsteknikker	13.12.16	1800-2100	
8 Spillsituasjoner - småspill	05.01.17	1800-2100	
9 Kontra og retur	13.02.17	1800-2100	
10 Teknisk trening målvakt	15.03.17	1800-2100	
11 Fysisk Trening	04.04.17	1800-2100	
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
12 Trenerrollen	11.10.16	1800-2100	Lindesneshallen
5 Skudd	07.11.17	1800-2100	Lindesneshallen
6 Finte og sperreteknikker	30.11.16	1800-2100	Marnarhallen
7 Forsvarsteknikker	14.12.16	1800-2100	Lindesneshallen
8 Spillsituasjoner - småspill	09.01.17	1800-2100	Lindesneshallen
9 Kontra og retur	15.02.17	1800-2100	Lindesneshallen
10 Teknisk trening målvakt	16.03.17	1800-2100	Lindesneshallen
11 Fysisk Trening	03.04.17	1800-2100	Lindesneshallen
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
5 Skudd	02.09.16	1800-2100	Kåsenhallen
6 Finte og sperreteknikker	03.09.16	1000-1300	Kåsenhallen
7 Forsvarsteknikker	03.09.16	1400-1700	Kåsenhallen
8 Spillsituasjoner - småspill	30.09.16	1800-2100	Nye Loen
9 Kontra og retur	01.10.16	1000-1300	Nye Loen
12 Trenerrollen	01.10.16	1400-1700	Nye Loen
10 Teknisk trening målvakt	15.11.16	1800-2100	Nye Loen
11 Fysisk Trening	09.12.16	1800-2100	Nye Loen
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
12. Trenerrollen	06.10.16	1800-2100	Storhaug Idrettshall
5 Skudd	10.11.16	1800-2100	Storhaug Idrettshall
6 Finte og sperreteknikker	24.11.16	1800-2100	Storhaug Idrettshall
7 Forsvarsteknikker	08.12.16	1800-2100	Storhaug Idrettshall
8 Spillsituasjoner - småspill	12.01.17	1800-2100	Storhaug Idrettshall
9 Kontra og retur	16.02.17	1800-2100	Storhaug Idrettshall
10 Teknisk trening målvakt	23.03.17	1800-2100	Storhaug Idrettshall
11 Fysisk trening	20.04.17	1800-2100	Storhaug Idrettshall
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
12. Trenerrollen	05.02.17	1400-1700	Ølen idrettshall
5 Skudd	15.10.16	1000-1300	Sadahallen
6 Finte og sperreteknikker	15.10.16	1400-1700	Sadahallen
7 Forsvarsteknikker	16.10.16	1000-1300	Sadahallen
8 Spillsituasjoner - småspill	16.10.16	1400-1700	Sadahallen
9 Kontra og retur	04.02.17	1000-1300	Ølen idrettshall
10 Teknisk trening målvakt	04.02.17	1400-1700	Ølen idrettshall
11 Fysisk trening	05.02.17	1000-1300	Ølen idrettshall



Trener 2

- Forkunnskaper

En må være Trener 1 for å bli autorisert Trener 2, men en vil ha utbytte av moduler selv om en ikke er Trener 1.

- Kursinnhold

Hovedfokus i Trener 2 er taktisk trening.

Trener 2 har også fokus på en helhetlig forståelse av treningsprosessen, hvordan ivareta utøvernes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø.

- Omfang

20 moduler á 3 timer

- Autorisasjon/utbytte

Må delta på alle moduler og bestå eksamen for å bli autorisert Trener 2.

- Pris

500 kr pr modul.

Klubben betaler for maks 5 personer.

- Påmelding

Epost til regionen eller minidrett.nif.no



TRENER 2 - KURS

NHF Region SørVest inviterer til Trener 2 – utdanning i sesongen 2016/2017. Bygg din kompetanse gjennom håndballutdanning! - og få med deg finalehelgen i håndball-EM i Göteborg 16. – 19. desember.

For mer informasjon se egen invitasjon på vår hjemmeside. Meld deg på på epost til Regionskontoret. Følgende helger har vi obligatoriske samlinger:

Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
10. Målvakt	03.09.16	1000-1300	Karusshallen -Kristiansand
11. Bakspiller – teknikk/spillsituasjoner	03.09.16	1400-1700	Karusshallen -Kristiansand
5. Nedgruppert forsvar	04.09.16	1000-1300	Karusshallen -Kristiansand
13. Linjespill – teknikk/spill situasjon	04.09.16	1400-1700	Karusshallen -Kristiansand
Innføring i Sideline XPS Network	21.10.16	1800-2100	
7. Ledelse og instruksjon	22.10.16	1000-1300	Stavanger
6. Utgruppert forsvar	22.10.16	1400-1700	Stavanger
1. Treningsplanlegging for uke-, periode- og årsplan	23.10.16	1000-1300	Stavanger
15. Opprullings- og kryssningsspill	23.10.16	1400-1700	Stavanger
09 Mentale ferdigheter	16-18.12.16		Sverige, Göteborg
19 Lagledelsen	16-18.12.16		Sverige, Göteborg
20 Kampanalysen	16-18.12.16		Sverige, Göteborg
4. Fysisk trening – spenst og hurtighet	10.03.17 + e-læring	1800-2100	Møvighallen
3. Fysisk trening - styrke	10.03.17 + e-læring		Møvighallen
2. Fysisk trening – utholdenhet	10.03.17 + e-læring		Møvighallen
8. Håndballskader og taping	11.03.17	1000-1300	Idrettens hus Kr.sand
12. Kantspiller – teknikk/spillsituasjoner	11.03.17	1400-1700	Kristiansand
16. Kontrings- og returspill	12.03.17	1000-1300	Kristiansand
14. Overgangsspill	12.03.17	1400-1700	Kristiansand
17. Kosthold og doping	E-læring		
18. Regelverket	E-læring		



UNGDOMSTRENERSEMINAR

Modul	Dato	Klokkeslett	Hvor
10. Målvakt	03.09.16	1000-1300	Karusshallen -Kristiansand
11. Bakspiller – teknikk/spillsituasjoner	03.09.16	1400-1700	Karusshallen -Kristiansand
5. Nedgruppert forsvar	04.09.16	1000-1300	Karusshallen -Kristiansand
13. Linjespill – teknikk/spill situasjon	04.09.16	1400-1700	Karusshallen -Kristiansand

Trener 3

- Kjøres sentralt gjennom NHF



DOMMERUTDANNING

Uten dommere stopper Håndball-Norge, og håndballen trenger flere og bedre kampledere for å kunne gjøre håndballkamper til en positiv opplevelse for alle som deltar.

Å utdanne flere aktive dommere i egen klubb, gir dessuten lavere gebyrer for klubben og lavere utgifter til tilreisende dommere. Dommerkurs kan også være lærerikt for ledere, trenere og spillere som ønsker å utvikle sin egen regel- og spilleforståelse, dessuten bedrer det innsikten i dommerens arbeidsoppgaver på banen.

OVERSIKT DOMMERUTDANNING

Grunnutdanning for dommere:

Barnekampleder (1 modul à 4 timer)

Regelkurs på nett

DOMMER 1 (4 moduler à 4 timer)

DOMMER 2 (4 moduler à 4 timer)

DOMMER 3 (4 moduler à 4 timer)

Topputdanning for dommere:

DOMMER 4 (Weekendsamling over 1 sesong)

DOMMER 5 (EHF/IHF-utdanning)



BARNEKAMPLEDER

Innføring i spilleregler og dommerens rolle. Kurset arrangeres av Region SørVest og gjennomføres i egen klubb/hall. Settes opp ved behov og på forespørsel av klubb.

DOMMER 1

- Å være håndballdommer
- Dommeren og regelfortolkningen
- Du og dømmingen
- Første steg mot dommergjerningen

Modulkursene i Dommer I er første del av den tredelte dommerutdanningen. Hver modul er avsluttende. Dommer I skal gi deltakerne en bedre kontakt og tilnærming til rollen som dommer. Videre har Dommer I som mål å gi deltakerne innføring i sentrale instruksjoner, prinsipper, regler og direktiver som er avgjørende for dommerens arbeid før, under og etter kampen. Disse formuleringene vil bli behandlet både teoretisk og praktisk i Dommer I-modulene.

DOMMER 2

- Dommeren, spillet og regelbruken
- Hva en dommer bør vite
- To dommere, en kamp
- Dommeren som leder

Modulkursene i Dommer 2 er andre del av den nye tredelte dommerutdanning. Hver modul er avsluttende. Dommer 2 skal gi deltakerne kjennskap til holdninger hos og krav til dommere. En bredere innføring i spillereglene og reglementer, samt samarbeide på og utenfor banen. Kurset tar sikte på å utveksle erfaringer fra praktisk dømming. Faserelaterte regelgjennomgang som skal bevisstgjøre dommere på situasjoner som kjennetegner spillet i de aktuelle fasene. Gi innsikt i samarbeid ved å avtale ansvars- og arbeidsområder.

DOMMERKONTAKTMØTER

Dommerkontaktmøter arrangeres i september før sesongstart. Datoer legges ut på nett og sendes til klubb og klubbens dommerkontakt.

DOMMERMØTER

Dommermøter for alle dommere arrangeres i september før sesongstart. Datoer legges ut på regionens hjemmeside og sendes ut til registrerte dommere og dommerkontakter.



DOMMERTRINN 1

Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. NHFs verdier og håndballspillet	18/8 2016	1700 - 2100	Randesund IL klubbhus
2. Dommerrollen	23/8 2016	1700 - 2100	Randesund IL klubbhus
3. Dømmingen	26 - 28/8 2016	1000 - 1800	Dyreparken Cup
4. Rollen som håndballdommer	16/8 2016	1700 - 2100	Randesund IL klubbhus
5. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant		
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. NHFs verdier og håndballspillet	06.09.16	1700 - 2100	Sør Arena
2. Dommerrollen	09.09.16	1700 - 2100	Sør Arena
3. Dømmingen	09-11.09.16	0900 - 1800	Nidelv Cup
4. Rollen som håndballdommer	05.09.16	1700 - 2100	Sør Arena
5. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant		
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. NHFs verdier og håndballspillet	19.04.17		Stavanger
2. Dommerrollen	20.04.17		Stavanger
3. Dømmingen	26.04.17		Stavanger
4. Rollen som håndballdommer	27.04.17		Stavanger
5. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant		
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. NHFs verdier og håndballspillet	19.04.17		Kristiansand
2. Dommerrollen	20.04.17		Kristiansand
3. Dømmingen	25.04.17		Kristiansand
4. Rollen som håndballdommer	26.04.17		Kristiansand
5. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant		
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. NHFs verdier og håndballspillet	19.04.17		Haugalandet
2. Dommerrollen	20.04.17		Haugalandet
3. Dømmingen	25.04.17		Haugalandet
4. Rollen som håndballdommer	26.04.17		Haugalandet
5. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant		
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. NHFs verdier og håndballspillet	20.04.17		Jæren
2. Dommerrollen	21.04.17		Jæren
3. Dømmingen	25.04.17		Jæren
4. Rollen som håndballdommer	26.04.17		Jæren
5. Elektronisk regelkurs	Tas i forkant		



DOMMERTRINN 2

Planlagte kurs i 2017. Tid og sted blir lagt ut på www.handball.no/regionsørvest senere.

Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. Rollen som kampleder	26.10.16		Kristiansand
2. Spilletts faser, samarbeid og kommunikasjon	Dato kommer		Kristiansand
3. Kampløp	Dato kommer		Kristiansand
4. Før, under og etter kampen	Dato kommer		Kristiansand
Modul/innhold	Dato	Tid	Sted
1. Rollen som kampleder	26.10.16		Stavanger
2. Spilletts faser, samarbeid og kommunikasjon	Dato kommer		Stavanger
3. Kampløp	Dato kommer		Stavanger
4. Før, under og etter kampen	Dato kommer		Stavanger

DOMMERTRINN 3

DOMMERE BLIR INVITERT. DATOER BLIR LAGT UT PÅ HANDBALL.NO



OBSERVATØRUTDANNELSE

Observasjon I

Utdanning for dommerkontakter og andre som skal observere/veilede dommere. Her tar vi for oss den faglige oppfølgingen av dommere, samtaleteknikk og bruk av observasjonsskjema/veilederskjema.

Datoer for kurs blir lagt ut på Regionens hjemmeside.

ARRANGEMENTSKURS

Kurset er for de som skal sitte i kampsekretariat i kamper hvor klubben er arrangør, samt for oppmenn og øvrig støtteapparat rundt laget.

Kursinnhold:

- Tidtaking
- Sekretær
- Oppmann

DETTE KURSET ARRANGERES I KLUBB PÅ FORESPØRSEL.



KLUBBHUSET

Klubbhuset er det store satsingsområdet i Norges Håndballforbund. Klubbhuset har en klar målsetting om å få 10 % flere ungdommer, mellom 13-19 år, med i håndballen.

Klubbhuset lanseres 1. september 2016, og vil konsentrere seg om disse tre områdene:

- heve kompetansen hos trenere (trenermentorer, egne kurs, nye web sider)
- heve kompetansen i klubb (klubbdrift, frivillighet, sportslig ledelse, håndball-hvorfor?)
- øke aktivitetstilbudene i klubbene/nærmiljøet (alternative aktivetsformer)

Mer informasjon om dette vil komme på handball.no

KURS FRA IDRETTSKRETSENE

Idrettskretsene tilbyr en rekke tverrfaglige standardkurs for "styre og stell". Først og fremst i fleridrettslagene. Klubb utviklingsprosesser, klubbdrift, moms, anlegg og lovverk er typiske eksempler. Operativt utdanner vi aktivitetsledere for barne- og ungdomsidrett i idrettslagene. I tillegg leverer vi tverrfaglige basistreningstilbud. Også i samarbeid med Olympiatoppen Vest Norge og Kompetansesenteret i Agder (KIA). De fleste kursene er helt gratis for idrettslagene!

Rogaland

<http://www.idrett.no/krets/rogaland/utdanning/Sider/utdanning.aspx>

Aust-Agder

<http://www.idrett.no/krets/aust-agder/utdanning/Sider/Utdanning.aspx>

Vest-Ager

<http://www.idrett.no/krets/vest-agder/utdanning/Sider/Utdanning.aspx>



handball.no

VELKOMMEN PÅ KURS!

NHF Region SørVest
Post: Postboks 3033, Hillevåg
4095 STAVANGER
Viking Stadion
Besøk Stavanger: Idrettshus Kristiansand
Besøk Kristiansand
Telefon: Tlf.: 51 73 78 70
E-post: nhf.rsvn@handball.no

**Norges
Håndballforbund**
Region SørVest